

微信里流传的中医偏方靠谱吗? (二)

编前

自从有了微信,我们经常看到朋友圈里看到形形色色、似是而非的中医偏方,这些偏方究竟是否可信,建议读者不要盲目尝试,最好请中医给出意见。本期我们将转载转发次数较多的几则,请相关专家进行评述,供读者参考。

可信赖偏方篇

症状:失眠、多梦
偏方:睡前用半脸盆热水,加一两醋泡脚20分钟,并生吃葱白1-2根。

北京中医药大学东直门医院东区神经内科主任医师马洪明点评:中医认为失眠、多梦是人体阴阳失调,心神不宁所致,调和阴阳为治疗失眠的总则。足为人的根,历代医家都非常重视双足的保健。醋,有散瘀血之功,故经常用热水加醋泡脚可活血通经,调和经络,促进气血运行,有助于平衡阴阳,放松身心,改善睡眠质量。葱白味辛、性温,有通阳之功,和醋同用,有助气血运行,外用为宜。

症状:流鼻血
偏方:藕节、芦根等量,一起切碎,煎一碗水一次喝下,一日两次,连用5日,清热止血,永不复发。

山东省中医院耳鼻喉科主任医师王仁忠点评:藕节性平味涩,凉血化痰,故可用于多种出血症;芦根性味甘寒,入肺、胃经,该药甘寒质轻,长于清肺、胃气之热,

不同疼痛该挂哪科号

去医院看病,首先要做的事情就是挂号,但现在医院的科室越分越细,不少患者站在门诊大厅中,感到摸不着头脑。

头痛 头痛伴喷射状呕吐、肢体无力,甚至意识丧失,可能是脑出血,建议挂神经内科;头痛伴一侧肢体活动不利,不能言语,口角流涎,可能是急性脑梗塞,建议挂神经外科;头痛伴有血压明显高于正常范围,面红目赤、乏力、胸闷,可能是高血压,建议挂高血压科;外伤后引发的头痛,不论有没有出血,均应到神经外科或脑外科就诊。

腹痛 肚子痛可能是急性阑尾炎、急性胆囊炎、急性胰腺炎、肠梗阻等,一般应挂消化科。但当出现中腹痛特别是上腹痛,伴有乏力、出汗、胸痛、肩背部放射痛等症状,要考虑是否为急性心肌梗死可到心内科就诊;若是下腹痛且伴有阴道出血,或者是正处孕期,可能就得挂妇科了;若是同时伴有尿频、尿痛、尿急等尿道症状,则应去泌尿科。

胸痛 疼痛较固定,向内肩放射性疼痛,且伴有心慌气短等症,可能与心脏疾病有关,应挂心内科;如因骨折等外伤导致的,在进行弯腰、侧弯等转位动作时疼痛加剧,可能属骨科;若有持续性胸痛,也可能是带状疱疹感染,属皮肤科。

腿疼 膝关节、手关节等关节部位出现两侧对称性疼痛,多属风湿免疫病;若小腿肚有肿胀,手指按压会出现疼痛,则可能是深静脉血栓,应到血管外科就诊。

牙疼 牙科疾病与耳鼻喉科部分症状较易混淆,如果牙痛的另一侧嘴和脸都感到疼痛、鼻塞,有可能是耳鼻喉部感染,应挂耳鼻喉科;若总在运动后出现,则可能是心脏疾病的信号,应挂心内科。

(摘自《当代健康报》)

编辑手记



冬季,天气寒冷干燥,空气中缺少水分,人体的水分也随之流失,人们经常出现津液不足、口唇干燥等症状。

有中医朋友介绍了一款中药茶,可以缓解上述症状。方法如下:麦冬、天冬各10克,放入杯中,用300毫升左右的开水加盖冲泡10分钟即可。喝时可加少许白砂糖调味。麦冬能滋补肺脏津液,缓解咽干、咳嗽等不适,又可补充胃中的津液,还有助于清心除烦、润滑肠道,是一味滋清兼备的良药。天冬的作用与麦冬相似,能清肺降火、滋阴润燥,且同时能补肾阴,适用于阴虚发热、津液缺少、口渴等。两者搭配取长补短,称得上秋冬养生的“好搭档”。但需要注意的是,这两味药性寒,脾胃虚寒者慎用,如腹泻便溏、舌苔白腻、消化不良,以及风寒感冒咳嗽者不宜服用。

生津止渴。二者相配,既清脾胃之热,又能凉血化痰止血。可用于肺胃热盛所引起的鼻出血。

但鼻出血也可以是血液病、高血压的临床表现,故临床上出现鼻出血一定要查血常规,测量一下血压。同时,对于急性鼻出血本着急治其标的原则,还需配合局部压迫、填塞止血。

症状:视力衰退(老光、老花、视物不清)
偏方:白菊花2钱,枸杞子2钱,每日用开水泡饮(一剂可泡三遍),连饮半月至一月,有清水明目之功效。忌吃辣物、海带。

中国科学院眼科医院眼科博士严京点评:白菊有散风热、清肝明目、解毒之功效,可以用于防治风热感冒、目赤肿痛等疾病。它与枸杞子都是被百姓所熟知的护眼保健药。两药合用可起到滋补肝肾,清肝明目的作用。可以用于缓解视物模糊,眼前飞蚊,眼干眼涩等症。

不可信赖偏方篇

症状:百日咳(及婴儿气喘)
偏方:大蒜一头,去皮捣烂加白糖3钱,过半小时后用开水一两冲,两天可治小儿咳嗽、婴幼儿气喘,有特效。

山东省中医院儿科副主任医师张桂菊点评:有不少家长试着用这个方法治疗咳嗽,却发现味道很难闻,而且进入咽喉还会引起咳嗽加重,并未见疗效。百日咳是国家法定传染病,一旦发病咳嗽剧烈,

种植牙五大要素

市口腔医院口腔种植科 欧阳冰

人工种植牙是当今牙齿缺失修复的首选方法。它有舒适、美观、无需切削磨自生牙等诸多优点。那么要保证种植牙种植成功需要注意哪些要素呢?

一、适应证的选择。种植牙手术具有广泛的适应证,术前要进行常规口腔检查,根据种植区间隙、牙槽骨的厚度及高度选择不同规格种植体。

二、先进的医疗设备和仪器以及安全的消毒处理。我院种植牙术前检查设备齐全,有全颌片机、牙片机等。另外,医院还配备有瑞士产口腔种植机、专用种



即使用特效的抗菌药疗程依然较长,这个方子说“两天可治”,实在是胡说。

症状:小儿遗尿
偏方:生葱白一根,捣烂,每晚睡前敷肚脐,用布包好,次日晨揭去,连用3~5天,可治愈。

山东省中医院儿科副主任医师张桂菊点评:小儿遗尿要先辨证才行,孩子肚脐的皮肤很薄还有皱褶,常藏着细菌污物,敷上葱泥后不仅易刺激皮肤还容易感染。

症状:口疮
偏方:醋、蒸馏水等量搅匀,涂于患处,一日5次,连用2~3天,可消炎止痛,效果最佳。

山东省中医院耳鼻喉科主任医师王仁忠点评:口腔溃疡发病原因有很多,也

植手机、专用种植手术室,并且有专门的消毒供应室为种植牙手术提供消毒器械,避免了种植术中的感染。

三、医生的丰富经验和技巧。我院已开展种植牙技术20余年,积累了丰富的临床经验。我院口腔种植修复科医师均经过专业的口腔种植技术培训,曾先后选派技术骨干赴日本横滨齿科学院以及上海九院口腔种植科学

修复牙齿进行时④ 电话:63222253 63222116 63222337
市口腔医院河南省种植牙技术准入医院

老年性白内障手术时机的选择

市眼科医院支部书记、主任医师 王绪保

由于白内障的药物疗法至今不能有效的治疗白内障,因而手术治疗目前仍是治疗老年性白内障的主要手段。那么如何选择老年性白内障的手术时机呢?

在欧美国家,由于视力在0.7以上才能驾驶汽车,因此,当矫正视力低于0.7时就要做白内障手术了。具体到我国,情况比较复杂,要根据病人的职业、白内障的类型、手术医生的技术和医院的设备条件来决定。一般来讲,当白内障引起视

力下降,影响到日常工作、生活时,就要做手术了。

我国的白内障手术标准是:受白内障影响,矫正视力在0.3~0.4就应该考虑手术了。而不是非要等白内障长熟了再行超声乳化手术,因为此时白内障的核心部分较软,超声乳化的成功率高,否则等白内障长熟了再行超声乳化手术,就失去了最好的手术时机;手术危险性增大,也易产生并发症且术后视觉质量不理想。

随着白内障手术技术和相关设备仪

医治耳鸣耳聋新方法

市第一人民医院耳鼻喉科主任 赵保晖

耳鸣、耳聋是一种常见病,发病率较高,少数可伴有眩晕出现。造成耳鸣、耳聋的原因较多且复杂。目前发病机制主要考虑内耳缺血或感音神经细胞损伤。临床治疗主要是根据耳科检查,辨别原因,对症处理。关键是早期就诊、早期治疗。

长期耳鸣会影响患者情绪,使其心烦意乱,甚至影响工作、睡眠,时间一长,听力必然下降。耳鸣、耳聋的治疗,目前主要是药物治疗(包括改善内耳微循环、神经营养剂及耳鸣抑制剂)。

在临床上,我们通过耳聋、耳鸣治疗仪,利用“因人而异、辩证施音”的方法,打破耳聋、耳鸣患者听觉系统动态平衡,辅助重塑听觉中枢结构,利用人体对

怎样提高不典型肺结核的诊断正确率

市结核病防治所主任医师 赵一红

不典型肺结核的临床症状和胸部X线征象有时与其他肺部疾病很相似,往往导致过诊、漏诊和误诊。为尽可能避免发生过诊、漏诊与误诊,本人提出以下诊断意见。

1. 重视症状,发现有症状之一者,应疑有结核病的可能:①长期低热;②盗汗、乏力、精神不振、体重减轻;③咳嗽持续两周以上;④反复发作或迁延不愈的“感冒”;⑤咯血或痰中带血;⑥持续性胸痛,在深呼吸、咳嗽时加剧等。2.对可疑病例早期应反复多次查痰,必要时培养。3.酌情加照侧位片、前弓位片,侧位片可提供更多的X线征象。4.CT检查。5.结核菌素

实验。结核菌素实验反应越强,对结核病的诊断,特别是对婴幼儿的结核病诊断愈重要。6.血清抗结核抗体检查。7.纤维支气管镜检查。8.肺穿刺活检。9.诊断性抗痨治疗。临床上高度怀疑结核病,可给予诊断性抗痨治疗。一般的肺结核,即便是重症、耐药病例,在抗痨治疗后其症状及病变在2至4周内均有不同程度的改善,若在抗痨过程中症状持续存在,应考虑是否为非结核或结核合并其他疾病的可能,应进一步检查以明确诊断。

若按以上诊断方法综合并加以分析、推敲、研究,定会提高不典型肺结核的诊断正确率,减少过诊、漏诊与误诊。①5

早期发现病变的神奇热成像

本报讯 近日,记者在南阳普惠健康体检中心获悉,该中心利用热成像系统,即可检测出人体内的器质性病变以及非器质性病变,尤其对癌症的早期、前期发现准确率较高。

人体是一个天然的生物红外辐射源,当人体出现病变或某些生理状态发生变化时,全身或局部的热平衡将会受到破坏。红外热像仪正是利用人体的这一生理特性,获取人体的红外热图。

南阳普惠健康体检中心采用美国进口的热成像仪,利用热成像系统断层检测敏感度高这一特性,锁定人体全身细胞代谢的变化,不仅可以检测出器质性

病变,对非器质性病变也能检测出来,尤其对癌症的早期、前期发现准确率较高。对1毫米的肿瘤或细胞变形区有着早期发现的独特优势,对早期恶性肿瘤诊断率达到80%,对心梗、脑出血、脑梗塞的诊断率达到85%,对甲状腺、乳腺、前列腺和妇科疾病的诊断率达到90%以上。

据了解,南阳普惠健康体检中心采用的热成像仪获得中国、美国、俄罗斯、欧盟、日本等多项专利,并临床应用美国国家健康研究院、加拿大乳腺癌中心、美国乳腺癌与治疗中心、北京协和医院、解放军总医院、北京佑安医院SARS诊疗中心等,该设备是党中央和国家领导人进行

可以是癌性溃疡引起的,即便是普通的复发性口腔溃疡,临床上也是很难治的,有时需要中西医结合治疗才能控制,个人认为仅用醋、蒸馏水等量搅匀,涂患处,不可能有极佳的效果。

症状:中耳炎
偏方:鲜韭菜汁5钱,加入明矾半钱,等明矾溶化后滴入耳内,一次1~2滴,一日两次,连用5天。

山东省中医院耳鼻喉科主任医师王仁忠点评:此法不宜推广。因为临床上化脓性中耳炎的治疗贵在引流通畅,若把鲜韭菜汁5钱,加入明矾半钱,溶化后滴入耳内,一方面鲜韭菜不可能消毒,容易将细菌带入耳中,引起新的感染;另一方面韭菜汁滴入耳中,会堵在穿孔处导致引流不畅,加重病情。

习一年以上。复杂疑难的种植技术已成为我院种植修复科的常规治疗项目。

四、与种植修复相配套的义齿加工中心。我院有与种植修复配套的义齿加工中心。种植牙术后义齿修复均在义齿加工中心制作完成,方便种植牙牙冠的色泽对比及外形的调整,能够为患者提供美观逼真舒适的种植牙冠。

五、与患者良好的沟通。种植牙术前、术后要与患者进行良好的沟通。做好患者术前准备,让患者掌握好术后的注意事项。①5

器的不断发展提高,白内障手术的适应证也不断放宽。从过去的白内障长熟了才能做手术,到现在的视力低于0.4就可以做手术。近年来,小切口超声乳化白内障摘除术已经广泛开展,特别是微切口超声乳化白内障摘除术的开展,使白内障手术时间大大缩短,术后视觉质量大大提高。①5

市眼科医院协办
白内障病区电话:63268603
专家门诊

不同声音的连锁反应,有针对性调节植物神经和脑血管功能,治疗各种耳聋、耳鸣、头痛、眩晕,作用直接、见效快、疗效好。经数千例临床观察疗效良好,是目前治疗耳鸣、耳聋行之有效的新技术。①5

市第一人民医院协办
地址:住院楼12楼耳鼻喉科
电话:63310263 13838708158
专家门诊

市眼科医院协办
白内障病区电话:63268603
专家门诊

实验。结核菌素实验反应越强,对结核病的诊断,特别是对婴幼儿的结核病诊断愈重要。6.血清抗结核抗体检查。7.纤维支气管镜检查。8.肺穿刺活检。9.诊断性抗痨治疗。临床上高度怀疑结核病,可给予诊断性抗痨治疗。一般的肺结核,即便是重症、耐药病例,在抗痨治疗后其症状及病变在2至4周内均有不同程度的改善,若在抗痨过程中症状持续存在,应考虑是否为非结核或结核合并其他疾病的可能,应进一步检查以明确诊断。

若按以上诊断方法综合并加以分析、推敲、研究,定会提高不典型肺结核的诊断正确率,减少过诊、漏诊与误诊。①5

市第一人民医院协办
地址:住院楼12楼耳鼻喉科
电话:63310263 13838708158
专家门诊

实验。结核菌素实验反应越强,对结核病的诊断,特别是对婴幼儿的结核病诊断愈重要。6.血清抗结核抗体检查。7.纤维支气管镜检查。8.肺穿刺活检。9.诊断性抗痨治疗。临床上高度怀疑结核病,可给予诊断性抗痨治疗。一般的肺结核,即便是重症、耐药病例,在抗痨治疗后其症状及病变在2至4周内均有不同程度的改善,若在抗痨过程中症状持续存在,应考虑是否为非结核或结核合并其他疾病的可能,应进一步检查以明确诊断。

若按以上诊断方法综合并加以分析、推敲、研究,定会提高不典型肺结核的诊断正确率,减少过诊、漏诊与误诊。①5

实验。结核菌素实验反应越强,对结核病的诊断,特别是对婴幼儿的结核病诊断愈重要。6.血清抗结核抗体检查。7.纤维支气管镜检查。8.肺穿刺活检。9.诊断性抗痨治疗。临床上高度怀疑结核病,可给予诊断性抗痨治疗。一般的肺结核,即便是重症、耐药病例,在抗痨治疗后其症状及病变在2至4周内均有不同程度的改善,若在抗痨过程中症状持续存在,应考虑是否为非结核或结核合并其他疾病的可能,应进一步检查以明确诊断。

若按以上诊断方法综合并加以分析、推敲、研究,定会提高不典型肺结核的诊断正确率,减少过诊、漏诊与误诊。①5



全面健康体检的专用设备。(陈丹丹)
电话:60792222 4006-126-126
地址:张衡东路中泰豪生酒店向东600米路南(丰源小区楼下)

颈椎病你了解多少

市骨科医院脊柱外科 刘雅 蔡明

颈椎病常见于中老年人,患者轻则感到头、颈、肩及臂麻木,重则肢体酸软无力,甚至出现大小便失禁及瘫痪等。那么,关于颈椎病你了解多少?

引发颈椎病的原因主要有退行性病变、工作姿势不当、头颈部外伤、发育性椎管狭窄等。其常见症状有:1.后颈部疼痛,用手向上牵引颈项可减轻,而向下加压加重;2.颈部疼痛的同时伴有手部、指尖、上下肢放射性疼痛及麻木、肌力减弱;3.闭眼时向左右旋转颈项,引发偏头痛或眩晕;4.低头时突然感觉全身麻木或有“过电”感觉;5.单纯性颈部不适;6.身体有束带感;7.走路时突然跌倒;8.手中持物突然落下。

大部分颈椎病患者经保守疗法治疗后效果良好,但部分经非手术治疗无效、影像学及核磁共振或CT等检查提示突出椎间盘压迫脊髓或神经根症状严重的患者须接受手术治疗。市骨科医院脊柱外科采用前路手术治疗颈椎病,具有切口小(约3cm)、出血少(约10ml)、术程短(约40分钟)、恢复快(术后次日即可下床)等优点,为众多颈椎病患者解除了病痛。①5

市骨科医院脊柱外科协办
电话:18623776618
市医学重点专科

为何骨折愈合后功能丧失了

市骨科医院创伤一科 朱书朝 汪瑞东 罗良雨 靳峰

有不少骨折患者手术成功,很快愈合,但一活动,发现关节僵直了,活动功能丧失了,这是为什么?答案是:术后康复训练不到位。

有经验的骨科医生在做手术后,很注意术后康复训练,因为康复训练是手术治疗的继续和最终目的。骨科手术,尤其是关节及周围骨折术后的康复,最重要的是关节活动度和肌力的训练。

早期关节活动度训练要以被动练习为主,康复训练中要注意维持关节当时最大的活动度,切忌小范围快节奏活动。

肌力训练以主动锻炼为主。对上肢损伤患者来说,除了手部和前臂肌腱损伤外,主动握力训练是最重要的。下肢的主要功能是负重,但在下肢骨折愈合前如果过度负重会造成固定物松动、折断,所以下肢骨折的康复一定要遵循“早练功,晚负重”的原则。股四头肌是大腿前侧的一块重要肌肉,伤后和术后如果长时间不活动很容易萎缩,而且一旦萎缩很难恢复,直接影响功能康复结果。因此,锻炼时应以等长收缩为主,当肌肉达到最大收缩时要保持几秒钟,然后放松再收缩,练到肌肉酸痛为止,才能收到良好效果。

作为我市治疗疑难、复杂骨折专业科室,多年来积累了丰富的经验,因此,我们再次提醒:骨科术后康复非常重要,而且康复手段很多,每种方法都有不同的适用范围,患者应在专业康复师或骨科医生的指导下进行全面的、系统的康复治疗。①5

市骨科医院创伤一科协办
咨询电话:13949318991
13949384773 13525650071
13838988120
专家门诊

球囊扩张术不开刀治疗鼻窦炎

南阳医专二附院耳鼻喉科主任 祝灵春

鼻窦引流不畅是引起鼻窦炎的主要原因。普通的鼻内镜手术治疗鼻窦炎,是采用鼻囊钳或机械动力系统,“咬”或“刨削”切除鼻窦口周围病变组织,使阻塞的鼻窦口恢复通畅。但由于鼻窦位置深,与眼眶、颅底相邻,加之血管丰富,术中极易出血,影响视野,稍有不慎,就会引起眼眶或颅内并发症,严重者致失明或脑脊液鼻漏,甚至危及生命。

2005年球囊扩张技术治疗鼻窦炎技术获得美国政府批准。该技术是将柱状(1mm)球囊置于鼻窦口内,然后向球囊内注入生理盐水使其膨胀,向外挤压窦口周围组织,将阻塞的窦口扩张至正常状态或稍大,保持鼻窦的正常通气引流,从而治愈鼻窦炎。该技术可以根据病人的个体差异选择不同直径的球囊,由于球囊扩张的程度是精确控制的,对周围组织损伤轻微,不会发生严重的并发症,手术时间短(单个鼻窦约10秒钟),痛苦小,基本不出血,多数病人术后不用鼻腔填塞止血,尤其适用于不能耐受手术的青少年及老年鼻窦炎患者,而且疗效明显优于普通鼻内镜鼻窦手术,该技术填补了我省空白。①5

南阳医专二附院协办
联系电话:63529989 13837708141
特色治疗

警惕颅内的“不定时炸弹”

市第一人民医院神经外科主任 孙世远

颅内动脉瘤是一种常见的脑血管病,据临床统计,在脑血管疾病中,颅内动脉瘤的发病率仅次于脑血栓和高血压脑出血,位居第三,其破裂出血后的病死率和致残率极高,被称为颅内的“不定时炸弹”。

颅内动脉瘤破裂的主要起病形式是蛛网膜下腔出血(SAH),主要表现为突然剧烈头痛,或者产生阵挛性抽搐、昏迷。SAH的主要危险是动脉瘤再次破裂出血、脑血管痉挛和脑积水,动脉瘤二次出血的死亡率在60%-70%,往往以7天的整数倍为高危破裂期。如果第三次发生破裂出血,死亡率将高达90%以上。

近年来,随着神经影像学设备和技术的日益成熟,由磁共振血管造影(MRA)、CT血管造影(动态800排双源3D-CTA)等发现的未破裂颅内动脉瘤病例越来越多。建议有病症的人要做MRA或3D-CTA,特别是有波动性头痛、无明显原因单侧眼皮抬不起来,直系亲属中有颅内动脉瘤病史的人务必早检查,做到防患于未然。①5

市第一人民医院神经外科协办
电话:63310281 13703779963
疾病防治